

Từ tháng thứ 4 của thai kỳ, không ít thai phụ gặp trắc trở trong quá trình hô hấp. Thai phụ cảm thấy khó thở, có thể kèm theo các triệu chứng khác như tim đập nhanh, chân tay run rẩy, cảm thấy mệt mỏi...

Nguyên nhân là do trong giai đoạn thai nghén, người mẹ cần nhu cầu ôxy hàn và thở nhanh là một trong những cách để lấy ôxy vào cơ thể. Hormone progesterone tăng lên, làm tăng trắc trở ở phổi, kích thích trung tâm điều khiển hô hấp trên não. Kết quả, nhịp thở trở nên khó khăn và gấp gáp hơn. Điều này thường cảm giác sau khi bạn phổi lao động nặng nhọc hoặc vã mồ hôi.



Phụ nữ mang thai bỗng khó thở nên đi khám bác sĩ. Ở nhà: Q. Hỗn loạn Khoảng thời gian cuối thai kỳ, thai nhi phát triển mạnh, gây áp lực lên cổ hoành (cổ nằm phía dưới phổi) nên bạn có thể cảm thấy những nhip thở khó khăn, người nhả đang trong quá trình chuyển đổi, đặc biệt là khi mang song thai hoặc đa thai.

Tình trạng khó thở và thở gấp khi mang thai phần lớn là bình thường và không gây hại. Thai phụ nên tăng cường nghỉ ngơi, di chuyển và làm việc vừa sức, tránh lao động nặng nhọc, quá sức. Nên học đón bong cách đi lại nhẹ nhàng và làm những việc nhẹ trong nhà.

Nên gi^ữ cho vùng l^{ưng} đ^{ầu} c^hết^hng khi ng^{he} i d^ế ph^{át} có kh^ông kh^ông d^ể d^{àng} khi ti^p nh^{ìn} ôxy. Ngay c^ú khi đ^{ến} ng, cũng nên gi^ữ vùng l^{ưng} đ^{ầu} c^hết^hng. Công ng^{he} i l^à i s^ố khiⁿ b^ị n kh^ô th^ế n.

Khi ng^{he}, có th^ế k^ế vài chi^c g^{hi} nh^{ìn} l^à ph^{át} n th^{ân} tr^{ên} đ^ế tr^{án}h áp l^{ực} c^á thaⁱ nhi chèn l^{ên} ph^{át}.

Tuy nhiên, khó th^ế, th^ế nhanh có th^ế l^à tri^{ết} u ch^êng c^á a hen suy^{ễn} ho^{ặc} viêm ph^{át} - tình tr^{ạng} nguy hi^m khi mang b^é u. Ngoài ra, nó cũng có th^ế c^ónh báo tình tr^{ạng} m^áu v^{òn} c^ó c (m^áu v^{òn} c^ó c có kh^ô n^ăng g^ây ngh[ ]n đ[ ]ng ph^{át}, l[ ]nh h[ ]ng đ[ ]n h[ ] hô h[ ]p). Ch^êng b[ ]nh n[ ]ày kh[ ]a hi^m nh[ ]ng v[ ]n c^ó th[ ] x[ ]y ra.

Khó th^ế, kèm theo m[ ]t m[ ]i, ch[ ]óng m[ ]t, hoa m[ ]t... c^ó th[ ] c[ ]nh báo nguy c[ ] huy[ ]t áp th[ ]p l[ ] bà b[ ]u. Huy[ ]t áp th[ ]p n[ ]u kh[ ]ng đ[ ]ng kh[ ]c ph[ ]c d[ ]n d[ ]n t[ ]i tình tr^{ạng} b[ ] ng[ ]t.

Vì v[ ]y, thaⁱ ph^{át} n[ ]en d[ ]i khám t[ ]i các c[ ] s[ ] y t[ ] n[ ]u xu[ ]t hi^m n kèm theo m[ ]t s[ ] tri^{ết} u ch^êng sau: Hen suy^{ễn} tr[ ]m tr[ ]ng, nh[ ]p th[ ] nhanh, kéo dài, đau ng[ ]c ho^{ặc} xu[ ]t hi^m c[ ]m giác b[ ] đau l[ ]nh[ ]ng ch[ ] kh[ ]ac tr[ ]n c[ ] th[ ] khi th[ ], b[ ] ho li[ ]n t[ ]c, ho lâu ngày kèm theo s[ ]t, l[ ]n l[ ]nh...

Ngoài ra, n[ ]u thaⁱ ph^{át} b[ ] th[ ] ng[ ]n li[ ]n t[ ]c, khó th[ ] ho^{ặc} c^ó bi[ ]u hi^m n[ ]ào kh[ ]ac, n[ ]en nhanh ch[ ]óng d[ ]i khám, trao d[ ]i v[ ]i b[ ]ác s[ ]i v[ ] tình hình s[ ]c kh[ ]e trong l[ ]n khám thaⁱ ti^p theo.

B[ ]ác s[ ]i H[ ]ng H[ ]nh/SKDS